

## 運動遊びによる幼児の活動性の育成

### A Report of Development Physical Activities in Children Three to Five Years Old with Play Exercise

中 俊博

NAKA Toshihiro  
(和歌山大学教育学部)

大河内 千恵

OOKAWACHI Chie  
(東貴志保育所)

幼児期の活動性を開発すべく週5回、30分間の特別運動遊びを実践し、7項目(25m走、立幅跳、テニスボール投、片足連続とび、腕立体支持、握力、背筋力)の体力測定を5月と10月の二回行い、この変化量から特別運動遊びの効用を見ると、全年齢男女ともに腕立体支持を除いたあとの6項目に有意な増加が見られた。なお、体格(身長、体重)の有意な増加もあり、自然成長による体力の発達も考えられるが、7項目中6項目に有意な増加が見られたこと、また、3歳男児で片足連続とびのできない園児の比率が5月値58.1%から10月には16.1%に減少し、また、3歳女児では21.2%から0%と激減していることから特別運動遊びの効用が見られた。

キーワード：幼児期 発育・発達 体力 運動遊び

#### 1. はじめに

幼児の生理的、心理的、社会的な発育・発達には集団での運動遊びは欠かせない要因である。しかし、少子化、幼児の遊び場や遊び仲間が減少し、遊びの内容は動的な遊びよりもテレビゲームに代表されるような静的な遊びが主流である。その上、事件・事故が多発化し、戸外で遊ぶには安全性の確保を確認しなければならない状況にある。このような現状の中で、現在の幼児の活動性《幼児期の体力測定は合目的に能力を発揮することが不十分な時期だけにここでは体力測定の結果を体力と呼称せず活動性とする》や心理的、社会的発達の現状<sup>1)</sup>は、「子どもの体力や運動神経の低下」「アレルギー性疾患を持つ子」「友達とかかわることの苦手な子」「集団遊び時にルールを守れない子」「落ち着きの無い子」「攻撃的な行動をする子」「自己中心的な子」「パニック状態になる子」「不規則な生活をしている子」が増加している状況にある。

体力面では筆者<sup>2)</sup>は先に、1971年から1988年までの17年間の3歳、4歳、5歳児の体格・体力測定結果からみた1988年時の体力現状は年齢差、性差により少しの相違はあるものの、25m走、立幅跳、片足連続とびなどの脚力の低下を指摘し、中でも3歳から3歳6ヶ月未満の男児の片足連続とびのできない(0m)児の比率が1971年の21.8%から1988年は44.6%と倍増していることを報告している。

そこで、今回、活動性を育成すべく通常保育に加えた特別運動遊びの実践を行い、この運動遊びの効用を見るべく5月と10月の二回の体力測定値の変化量を考察した結果を報告する。

#### 2. 対象・測定項目・方法

1) 対象園児：2005年の対象園児はW県N郡K町(現在K市)の4保育所の男女園児、3歳男児62名、女児59名、4歳男児65名、女児55名、5歳男児61名、女児60名、合計361名である。

2) 測定項目

①体格面：身長、体重の2項目。

②体力面：25m走、立幅跳び、硬式テニスボール投げ、片足連続とび、腕立体支持、握力、背筋力の7項目。



【腕立体支持の測定】

### 3) 方法

#### ①特別運動遊び

3歳から5歳まで毎日、10時から30分間、全員同時に園庭にて特別運動遊びを年間行う。また、運動遊びは「運動遊びA」と「運動遊びB」の2種類からなる。

##### i 「運動遊びA」

幼児の今、持っている運動能力を自分なりに楽しめる内容の遊び。

主として、直立姿勢の移動の運動系で、音楽（5～6分のテープを作成）を聴きながら、＜スタート＞→ウォーキング（45秒）→ストップ（10秒）→ランニング（30秒）→スキップ（30秒）→ストップ（10秒）→《こきざみにストップ・ランニングを数回繰り返し》→ストップ（20秒）→スキップ（30秒）→ストップ（10秒）→ランニング（20秒）→ストップ（10秒）→ウォーキング（20秒）の一連の運動。



【運動遊びA】



【運動遊びA】

##### ii 「運動遊びB」

コンビネーション遊びで、主として固定遊具（鉄棒、肋木、雲梯、ブランコ、太鼓橋、総合ジャングルジムなど）を活用し、この固定遊具に平均台、ボール、縄やゴム、フープなどの運動とを連係させたサーキット型の運動遊び。この運動の内容は、例えば：＜スタート＞→「ボールつき」→「ゴール・シュート」→「ボール投げ」→「ジグザグ歩行」→「肋木伝い渡り」→「滑り台立ち逆登り」→「リング降り」→「平均台前歩き」→「平均台後歩き」→「鉄棒（こぶたの丸焼き）」→「鉄棒（まわりおり）」→「タイヤ渡り」

→「ブランコとび」→「しゃがみ姿勢でのジグザグ歩き」→「チェーンネット登り」→「滑り台降り」→「縄跳び・駆け足跳び」→「太鼓橋昇り降り」→「跳び箱開脚とび」→「ケンケンとび」→「ゴムとび」→＜ゴール＞である。



【運動遊びB：ボールつき】



【運動遊びB：ゴール・シュート】



【運動遊びB：平均台前歩き】



【運動遊びB：鉄棒まわりおり】



【運動遊びB：ブランコとび】



【運動遊びB：チェーンネット登り】

iii 「その他の運動」として、リズム体操、棒体操、歩こう体操、ごしごし体操(乾布摩擦の運動)を適宜行う。

さらに設定保育時や自由遊びの中で意欲的に運動を行うようにと「運動遊びチャレンジ・カード」を作成し、できた運動にシールを貼付した。

### 3. 結果

#### ①体格面

3歳、4歳、5歳男女児を同年齢でも、10月から翌年3月までの生まれ児を「遅生まれ群」4月から9月までの生まれの児を「早生まれ群」に区分した。

表1、表2、表3は身長、体重の5月と10月との測定結果を年齢別に要約(n:人数、m:平均値、 $\sigma$ :標準偏差、変化量とその有意差)した表である。

表1、2、3、から身長、体重は男女とも全ての年齢において有意差が見られ、順調な発育が見られる。要因として食事や運動による成長と考える。

#### ②体力面

表4から表9までは、測定7項目の5月と10月との測定結果について性別、年齢別に3歳男児(表4)から順に5歳女児(表9)までを要約(m:平均値、 $\sigma$ :標準偏差、変化量とその有意差)した表である。なお、人数(n)は各年齢男女とも体格面と同人数であるから表中には省略する。

表1 3歳児の体格の変化

項目	月齢		5月	10月	有意差
男児身長 cm	遅生	n	31	31	2.4
		m	95.5	97.7	21.457
		$\sigma$	3.26	3.32	***
	早生	n	31	31	2.4
		m	99.7	102.1	27.312
		$\sigma$	3.78	3.84	***
男児体重 kg	遅生	n	31	31	0.4
		m	14.6	15.0	4.613
		$\sigma$	1.71	1.68	***
	早生	n	31	31	0.3
		m	15.5	15.8	2.994
		$\sigma$	1.85	1.76	**
女児身長 cm	遅生	n	25	25	2.6
		m	95.1	97.7	20.182
		$\sigma$	4.13	4.23	***
	早生	n	34	34	2.5
		m	98.7	101.2	18.463
		$\sigma$	3.39	3.57	***
女児体重 kg	遅生	n	25	25	0.6
		m	14.7	15.3	5.613
		$\sigma$	1.69	1.71	***
	早生	n	34	34	0.5
		m	15.4	15.9	4.704
		$\sigma$	1.71	1.75	***

1) n:人数、m:平均値、 $\sigma$ :標準偏差

変化量の数字は上段:変化量、中段:t値、

2) \*\*\*: p < 0.001 \*\*: p < 0.01 \*: p < 0.05



表2 4歳児の体格と変化

項目	月齢		5月	10月	有意差
男児身長 cm	遅生	n	33	33	2.7
		m	103.0	105.7	20.855
		$\sigma$	3.80	3.95	***
	早生	n	30	30	2.8
		m	105.5	108.3	12.188
		$\sigma$	3.06	3.38	***
男児体重 kg	遅生	n	33	33	0.5
		m	16.5	17.0	4.622
		$\sigma$	1.88	2.20	***
	早生	n	30	30	0.6
		m	17.2	17.8	3.127
		$\sigma$	1.68	2.35	**
女児身長 cm	遅生	n	22	22	3.0
		m	101.6	104.6	12.199
		$\sigma$	4.51	4.45	***
	早生	n	32	32	2.7
		m	104.9	107.6	5.174
		$\sigma$	3.64	3.86	***
女児体重 kg	遅生	n	22	22	0.5
		m	16.2	16.7	5.478
		$\sigma$	1.72	1.90	***
	早生	n	32	32	0.7
		m	17.0	17.7	5.174
		$\sigma$	2.48	2.84	**

1) n: 人数、m: 平均値  $\sigma$ : 標準偏差  
 変化量の数字は上段: 変化量、中段: t 値、  
 2) \*\*\*:  $p < 0.001$  \*\*:  $p < 0.01$  \*:  $p < 0.05$

表3 5歳児の体格の変化

項目	月齢		5月	10月	有意差
男児身長 cm	遅生	n	32	32	2.0
		m	109.7	111.7	26.017
		$\sigma$	3.89	3.83	***
	早生	n	29	29	2.5
		m	111.3	113.8	22.474
		$\sigma$	3.56	3.59	***
男児体重 kg	遅生	n	32	32	0.4
		m	18.2	18.6	23.683
		$\sigma$	1.78	2.07	***
	早生	n	29	29	0.5
		m	19.6	20.4	6.937
		$\sigma$	1.85	2.09	***
女児身長 cm	遅生	n	36	36	2.6
		m	108.4	111.0	27.694
		$\sigma$	4.89	4.97	***
	早生	n	23	23	2.4
		m	111.8	114.2	12.426
		$\sigma$	3.08	2.76	***
女児体重 kg	遅生	n	36	36	0.7
		m	18.4	19.1	4.890
		$\sigma$	2.49	3.09	***
	早生	n	23	23	0.4
		m	19.5	19.9	2.051
		$\sigma$	2.28	2.35	ns

1) n: 人数、m: 平均値、 $\sigma$ : 標準偏差  
 変化量の数字は上段: 変化量、中段: t 値  
 2) \*\*\*:  $p < 0.001$  \*\*:  $p < 0.01$  \*:  $p < 0.05$   
 ns: 有意差なし  
 3) 有意差の上段は変化量、下段は t 値

表4 3歳男児の体力と変化

項目	月齢		5月	10月	有意差
25m走秒	遅生	m	10.6	8.6	2.0
		$\sigma$	2.37	1.15	3.906***
	早生	m	9.3	8.0	1.3
		$\sigma$	1.37	0.86	6.990***
立幅跳cm	遅生	m	48.8	65.3	16.5
		$\sigma$	18.84	17.67	5.255***
	早生	m	63.9	77.0	13.1
		$\sigma$	17.05	16.36	4.558***
ボール投m	遅生	m	3.0	3.8	0.8
		$\sigma$	1.47	1.49	2.892**
	早生	m	3.6	4.5	0.9
		$\sigma$	1.37	1.76	4.228***
片足跳m	遅生	m	1.3	4.5	3.2
		$\sigma$	1.87	6.78	2.875**
	早生	m	4.2	10.0	5.8
		$\sigma$	5.15	7.28	5.144***
体支持秒	遅生	m	4.5	10.9	5.4
		$\sigma$	3.92	6.11	5.346***
	早生	m	12.5	16.7	4.2
		$\sigma$	10.63	10.84	1.993ns
握力kg	遅生	m	2.0	3.7	1.7
		$\sigma$	1.18	1.09	6.897***
	早生	m	3.3	4.7	1.3
		$\sigma$	1.58	1.84	5.448***
背筋力kg	遅生	m	7.6	11.7	4.1
		$\sigma$	4.38	5.42	5.175***
	早生	m	13.1	15.7	2.6
		$\sigma$	5.85	6.15	2.909**

1) m: 平均値  $\sigma$ : 標準偏差2) \*\*\*:  $p < 0.001$  \*\*:  $p < 0.01$  \*:  $p < 0.05$ 

3) 有意差の上段は変化量、下段はt値

表5 3歳女児の体力と変化

項目	月齢		5月	10月	有意差
25m走秒	遅生	m	10.9	8.7	2.2
		$\sigma$	1.77	1.10	6.449***
	早生	m	9.0	7.7	1.3
		$\sigma$	0.91	0.68	9.985***
立幅跳cm	遅生	m	52.3	61.5	11.4
		$\sigma$	16.88	18.17	2.757*
	早生	m	65.5	71.5	6.0
		$\sigma$	17.06	16.42	2.153*
ボール投m	遅生	m	2.4	3.1	0.7
		$\sigma$	0.71	0.92	4.095***
	早生	m	3.3	4.2	0.9
		$\sigma$	0.87	1.33	3.696***
片足跳m	遅生	m	1.7	8.4	6.7
		$\sigma$	3.65	6.69	5.811***
	早生	m	7.4	13.2	5.8
		$\sigma$	6.35	7.72	4.492***
体支持秒	遅生	m	9.9	15.4	5.5
		$\sigma$	9.81	11.16	3.011**
	早生	m	10.7	18.2	7.5
		$\sigma$	8.31	10.07	4.069***
握力kg	遅生	m	2.2	3.3	1.1
		$\sigma$	1.48	1.39	4.868***
	早生	m	3.1	4.5	1.4
		$\sigma$	0.95	1.45	5.371***
背筋力kg	遅生	m	8.6	10.6	2.0
		$\sigma$	5.01	5.82	2.020ns
	早生	m	12.1	14.8	2.7
		$\sigma$	6.94	7.94	2.992*

1) m: 平均値  $\sigma$ : 標準偏差2) \*\*\*:  $P < 0.001$  \*\*:  $P < 0.01$  \*:  $p < 0.05$ 

ns: 有意差なし

3) 有意差の上段は変化量、下段はt値

表 6 4 歳男児の体力と変化

項目	月 齢		5 月	10 月	有意差
25 m 走 秒	遅 生	m	7.7	7.1	0.6
		$\sigma$	0.80	0.61	5.163***
	早 生	m	7.5	6.9	0.6
		$\sigma$	0.66	0.61	3.849***
立 幅 跳 cm	遅 生	m	79.4	96.5	17.1
		$\sigma$	13.86	13.11	8.463***
	早 生	m	88.1	102.1	14.0
		$\sigma$	17.60	13.47	5.113***
ボ ル 投 m	遅 生	m	5.2	6.6	1.4
		$\sigma$	1.93	2.01	4.408***
	早 生	m	6.4	7.4	1.0
		$\sigma$	2.29	2.30	4.092***
片 足 跳 m	遅 生	m	11.9	25.7	13.8
		$\sigma$	8.81	13.64	5.573***
	早 生	m	20.7	32.4	11.7
		$\sigma$	13.42	17.56	4.225***
体 支 持 秒	遅 生	m	17.0	31.2	14.2
		$\sigma$	13.23	22.00	0.327ns
	早 生	m	27.9	30.3	2.4
		$\sigma$	25.74	24.80	0.554ns
握 力 kg	遅 生	m	3.7	6.0	2.3
		$\sigma$	1.70	1.60	7.760***
	早 生	m	4.7	6.5	1.8
		$\sigma$	2.39	2.05	5.977***
背 筋 力 kg	遅 生	m	15.4	21.0	5.6
		$\sigma$	5.29	7.14	5.386***
	早 生	m	17.6	21.5	3.9
		$\sigma$	7.53	7.90	2.828**

1) m: 平均値  $\sigma$ : 標準偏差2) \*\*\*:  $P<0.001$  \*\*:  $P<0.01$  \*:  $p<0.05$ 

ns: 有意差なし

3) 有意差の上段は変化量、下段は t 値

表 7 4 歳女児の体力と変化

項目	月 齢		5 月	10 月	有意差
25 m 走 秒	遅 生	m	8.0	7.4	0.6
		$\sigma$	1.22	0.92	3.823***
	早 生	m	7.5	7.0	0.5
		$\sigma$	0.69	0.62	6.230***
立 幅 跳 cm	遅 生	m	71.3	87.3	16.0
		$\sigma$	13.77	9.63	7.421***
	早 生	m	80.6	95.3	14.7
		$\sigma$	14.47	14.14	5.938***
ボ ル 投 m	遅 生	m	3.6	4.4	0.8
		$\sigma$	0.92	1.30	3.832***
	早 生	m	4.2	5.4	1.2
		$\sigma$	1.27	1.31	4.564***
片 足 跳 m	遅 生	m	16.9	23.4	6.5
		$\sigma$	12.03	13.21	2.635*
	早 生	m	24.9	34.7	9.8
		$\sigma$	13.85	12.26	5.046***
体 支 持 秒	遅 生	m	19.8	29.0	9.2
		$\sigma$	16.92	27.61	1.770ns
	早 生	m	24.8	31.7	6.9
		$\sigma$	17.57	19.29	3.418**
握 力 kg	遅 生	m	3.6	4.9	1.3
		$\sigma$	1.99	1.74	5.123***
	早 生	m	4.3	5.9	1.6
		$\sigma$	1.89	1.52	5.351***
背 筋 力 kg	遅 生	m	13.0	17.7	4.7
		$\sigma$	5.48	6.58	3.481**
	早 生	m	14.3	21.6	7.4
		$\sigma$	5.92	6.93	6.009***

1) m: 平均値  $\sigma$ : 標準偏差2) \*\*\*:  $P<0.001$  \*\*:  $P<0.01$  \*:  $p<0.05$ 

ns: 有意差なし

3) 有意差の上段は変化量、下段は t 値

表 8 5 歳男児の体力と変化

項目	月 齢		5 月	10 月	有意差
25 m 走 秒	遅 生	m	6.9	6.4	0.5
		$\sigma$	0.77	0.50	6.080***
	早 生	m	6.5	6.2	0.3
		$\sigma$	0.70	0.65	4.642***
立 幅 跳 cm	遅 生	m	102.6	109.1	6.5
		$\sigma$	17.21	19.43	2.631*
	早 生	m	104.2	109.0	4.8
		$\sigma$	20.64	18.99	2.082*
ボ ル 投 m	遅 生	m	6.6	8.5	1.9
		$\sigma$	2.93	3.42	4.402***
	早 生	m	9.2	10.4	1.2
		$\sigma$	3.17	3.85	2.750*
片 足 跳 m	遅 生	m	29.4	41.5	12.1
		$\sigma$	14.68	18.04	3.502***
	早 生	m	37.7	52.1	14.4
		$\sigma$	15.70	24.75	3.984***
体 支 持 秒	遅 生	m	49.1	62.9	13.8
		$\sigma$	31.58	40.98	1.947ns
	早 生	m	62.1	73.0	10.9
		$\sigma$	43.22	47.38	1.583ns
握 力 kg	遅 生	m	6.2	7.3	1.1
		$\sigma$	1.76	1.91	5.275***
	早 生	m	7.1	8.7	1.6
		$\sigma$	2.14	2.07	6.386***
背 筋 力 kg	遅 生	m	21.6	27.0	5.4
		$\sigma$	7.99	7.19	4.626***
	早 生	m	24.8	28.5	3.7
		$\sigma$	7.42	5.90	3.767***

1) m: 平均値  $\sigma$ : 標準偏差2) \*\*\*:  $P<0.001$  \*\*:  $P<0.01$  \*:  $p<0.05$ 

ns: 有意差なし

3) 有意差の上段は変化量、下段は t 値

表 9 5 歳女児体力と変化

項目	月 齢		5 月	10 月	有意差
25 m 走 秒	遅 生	m	7.2	6.8	0.4
		$\sigma$	0.84	0.73	4.105***
	早 生	m	6.7	6.4	0.3
		$\sigma$	0.54	0.52	3.364***
立 幅 跳 cm	遅 生	m	88.2	97.8	9.6
		$\sigma$	16.10	14.03	6.556***
	早 生	m	97.0	104.3	7.3
		$\sigma$	17.42	16.03	3.485***
ボ ル 投 m	遅 生	m	4.9	6.0	1.1
		$\sigma$	1.44	1.39	5.952***
	早 生	m	5.7	6.7	1.0
		$\sigma$	1.63	1.83	2.856**
片 足 跳 m	遅 生	m	27.4	39.1	11.7
		$\sigma$	13.08	18.54	5.590***
	早 生	m	35.0	48.8	13.3
		$\sigma$	16.36	17.17	3.604**
体 支 持 秒	遅 生	m	43.3	50.8	7.5
		$\sigma$	33.45	34.53	1.763ns
	早 生	m	59.8	62.8	3.0
		$\sigma$	38.83	28.37	0.468ns
握 力 kg	遅 生	m	5.4	6.9	1.5
		$\sigma$	1.93	2.13	6.238***
	早 生	m	6.6	7.7	1.1
		$\sigma$	1.58	2.02	4.324***
背 筋 力 kg	遅 生	m	19.4	22.3	2.9
		$\sigma$	7.85	7.69	3.641**
	早 生	m	21.6	24.0	2.4
		$\sigma$	6.51	7.00	2.323*

1) m: 平均値  $\sigma$ : 標準偏差2) \*\*\*:  $P<0.001$  \*\*:  $P<0.01$  \*:  $p<0.05$ 

ns: 有意差なし

3) 有意差の上段は変化量、下段は t 値

表4の3歳男児の体力の5月から10月の変化量を見ると、早生まれ群の腕立体支持を除いたあとの全ての項目に有意な増加が見られた。

表5の3歳女児の体力の変化量は、遅生まれ群の背筋力を除いて有意な増加が見られた。

表6の4歳男児の変化量は、遅生まれ、早生まれ両群の腕立体支持を除いたあとの項目全てにおいて有意な増加が見られた。

表7の4歳女児の変化量は、遅生まれ群の腕立体支持を除いたあとの全ての項目に有意な増加が見られた。

表8の5歳男児の変化量は、4歳男児と同様に遅生まれ、早生まれ両群の腕立体支持を除いたあとの全ての項目に有意な増加が見られた。

表9の5歳女児の変化量は、男児と同様に遅生まれ、早生まれ両群の腕立体支持を除いたあとの全項目に有意な増加が見られた。

以上の結果から3歳では遅生まれ群の背筋力、4歳5歳児では男女ともに腕立体支持を除いたあとの全項目において有意な増加が見られたことから特別運動遊びの効用が見られる。

### ③ 3歳児の体力の変化

入園後の運動遊びの効用について3歳児男女の片足連続とびのできていない児（0m：不可児）と腕立体支持の3秒未満の児（不可児）の比率に着目して考察すべく、5月から10月のそれぞれの比率の変化について要約した。

図1は片足連続とびの比率変化を示した図である。できない児の比率は、男児遅生まれ群では5月に58.1%であったが10月には16.1%と低下している。同様に、男児早生まれ群では26.7%から6.7%、女児遅生まれ群、24.2%から16.1%、早生まれ群21.2%から0%といずれも目立った比率の減少が見られる。

図2は腕立体支持の3秒未満児の比率の5月から10月の変化を要約した図である。

3歳遅生まれ群の場合、5月に41.9%であったが、10月には6.5%、早生まれ群でも26.7%から3.3%、女児においても遅生まれ群では20%から4%、早生まれ

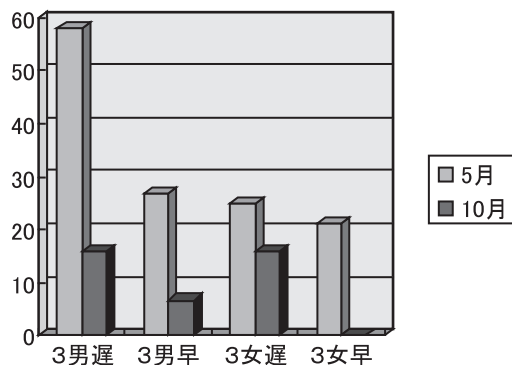


図1 片足連続とびの不可児の比率の変化 (%)

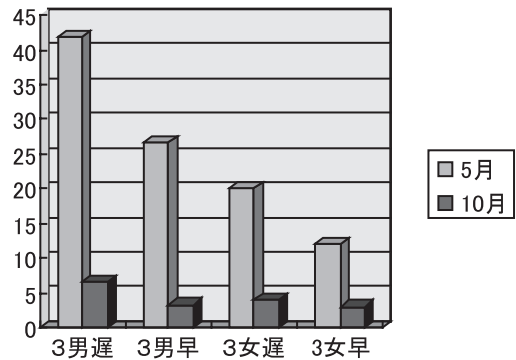


図2 腕立体支持の不可児の比率の変化 (%)

群では12.1%から3%と比率の減少が見られる。

今回の特別運動遊びの効用を見るには、最初の測定から2ヶ月後に測定し、できる限り体格の発育を考慮しない方が明確になるところではあるが、年間計画から運動会終了後の10月測定となり、5ヶ月間の体格の成長に見合った体力面の発達も考慮しても7項目中の6項目において、しかも、男女全年齢において有意な増加が見られたことは体力の順調な発達であると言える。

さらに、片足連続とびのできない児が激減していることから脚力、バランス能力の開発も見られる。

また、毎日、仲間と運動する習慣をつけたことや運動遊びの楽しさ、できない運動に挑戦した体験が、今後の運動習慣育成の基礎づくりになり、社会性や意欲の面においても発達を助長していることを付加する。

## 4. 要約

- 1) 全年齢男女児とも体力測定項目に有意な増加が見られ特別運動遊びの効用がうかがえる。
- 2) 3歳児の場合、入園前の家庭生活では室内の静的な遊びが多いだけに入園当初は片足とび（ケンケン）や腕で身体を支える筋力の未発達や身体操作力が十分学習されていなかったが、運動遊びで支持筋力や脚力、バランス能力発達していることがうかがえる。
- 3) 固定遊具が園庭にセットされていても、これらを使いこなせるには運動経験が必要である。入園前までは家庭において室内で静的な遊びを行ってきた幼児だけに、自由保育に委ねては活動性（体力）の開発は困難である。
- 4) 幼児期の運動遊びの目標は運動欲求の充足であり、特定の運動種目を繰り返し行うことよりも豊富な種類の運動を行い、運動種目のレパートリーの拡大を図るところにある。

今回の固定遊具間を他の運動用具と連係させた運動遊びが評価できるのは、運動遊びを健康領域ととらえるのではなく、仲間の動作を見る、協力して行う、ルールをつくり、そして、守る（社会性）、カード記入（数



量認識)、自己表現など総合的に把握し演出家的な支援しているところである。

日本小児科学会<sup>3</sup>が子どものテレビなどの電子メディアとの接触が低年齢化し更に、長時間化を問題視して提言している。

このような運動遊びを体験する時間がなく、運動欲求を充足しないままに育っていく現状の中、年間計画の中で毎日、運動遊びを指導したことは運動機能の発達のみならず、運動習慣づくりの観点からも評価できる。



【運動遊びB：ぶらさがり渡り】



【チャレンジ：登り棒（5歳児）】



【運動遊びB：太鼓橋登り降り】



【チャレンジ：登り棒の伝え渡し（5歳児）】



【運動遊びB：ケンケンパー】



【チャレンジ：鉄棒ジャンケン（5歳児）】



【運動遊びB：ゴムとび】



【チャレンジ：懸垂逆立ち（5歳児）】

追記：本報告の要旨は第45回和歌山県保育研究会（2006年2月18日）において「はばたけ！次世代の子どもたち—生活リズムの見直し・運動遊び・親とのかかわりの中から見えてきたもの—」と題して発表している。

#### 共同研究者

田村すみ子、矢森悦子、前田育代、大西多恵子、坂口美智子、森本洋美、稲垣恵美、山野佳也、

#### 参考文献

- 1 AERA：「父よ母よ園児が壊れる」Asahi Shinbun Weekly AERA2005.9. 5pp. 31-35
- 2 中 俊博：幼児の活動性の推移—昭和46年から昭和63年までの体力測定結果からみた—和歌山大学教育学部教育研究所所報、No.13、1989、pp. 39-48
- 3 谷村雅子他7名、日本小児科学会こどもの生活環境改善委員会：「乳幼児のテレビ・ビデオ長時間視聴は危険です」<http://www.jpeds.or.jp/saisin.html>
- 4 出村慎一・小林秀紹・山次俊介：Excelによる健康・スポーツ科学のためのデータ解析入門、大修館書店、2001年
- 5 田島司：たのしい幼児体育指導カード「わんぱく教室」、ぎょうせい